

༣༡། །དཔལ་དུས་གི་འཁོར་ལོའི་སྤང་འཁོར་བསྐྱུས་པ་བཞུགས་སོ། །དཔལ་དུས་གི་འཁོར་ལོའི་སྤང་  
 བའི་འཁོར་ལོ་བསྐྱུས་པ། སྒྲ་མ་དང་དཔལ་དུས་གི་འཁོར་ལོ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །དོ་རྩེ་ཕྱགས་ལ་ཕྱག་  
 འཆའ་ནས། །ཕྱགས་དཀྱིལ་ལ་སོགས་བསྐྱུས་པ་ཡི། །དཀྱིལ་འཁོར་དག་ཏུ་དབང་བསྐྱུར་དོན། །སྤང་  
 འཁོར་བསྐྱུས་པ་བཞུགས་པར་བྱ། །འདི་ལ་སྒྲོན་འགོ། དངོས་གཞི། རྩེ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ལ་ཁ་ལག་དག་  
 པའི་ཆོ་ག སྤྱི་གསུང་ཕྱགས་ཡེ་ཤེས་སྤང་བ། ལུས་ལ་རིགས་དྲུག་དགོད་པ། ཡན་ལག་དྲུག་དགོད་པ།  
 ཡན་ལག་དྲུག་དགོད་པའི་ཆོ་ག ཞིང་སྤྱོད་དང་གནས་བདག་མཆོད་པ། བདག་ཉིད་དོ་རྩེའི་སྤྱང་སྒྲོམ་པ།  
 བདུད་གཞོམ་པའི་ཆོ་ག བགེགས་ལ་སྤྱང་བྱས་གདབ་པའི་ཆོ་གའོ། །དང་པོ་གཉིས་སྤྱབ་ཐབས་ལྟར་བྱས་  
 ལ། གསུམ་པ་ནི། རང་གི་དབྱལ་བར་ཨོ་ལས་སྤང་མཐའ་དཀར་པོ་དཀར་ནག་དམར་པའི་ཞལ་ཅན།  
 གཡས་ཐོ་བ། མདུང་། ཅེ་གསུམ། གཡོན་བད་དཀར་འདབ་བརྒ། མེ་ལོང་བགྱང་བྱེང་། མགྱིན་བར་  
 ཞུམ་ལས་རིན་འབྱུང་དམར་པོ། དམར་དཀར་ནག་པའི་ཞལ་ཅན། གཡས་མེའི་མདའ། དོ་རྩེ་ཕྱགས་ཀྱི། སྤྱི་  
 བཅས་ཀྱི་མ་རུ། གཡོན་གཞུ། དོ་རྩེ་ཞགས་པ། རིན་ཆེན་ཆ་དབྱ་བ། སྤྱིང་གར་སྤྱི་ལས་དོན་བྱུབ་ནག་པོ།  
 ནག་དམར་དཀར་པའི་ཞལ་ཅན། གཡས་རལ་གྱི། གྱི་གྲུག་ཅེ་གསུམ། གཡོན་སྤྱབ། ཐོད་པ། ཁ་རྩྭ་ག་  
 དཀར་པོ། ཞེ་བར་རྩེ་ལས་རྣམ་སྤང་མེར་པོ། མེར་དཀར་ནག་པའི་ཞལ་ཅན། གཡས་འཁོར་ལོ། དབྱུག་  
 པ། དོ་རྩེ་གདེངས་པ། གཡོན་དུང་། ཕྱགས་སྒྲོག་སྤྱི་བཅས་བྱིལ་བྱ། གཙུག་རྟོར་དུ་ཉི་ལས་མི་བསྐྱོད་པ་  
 ལྷང་ཁ། ལྷང་དམར་དཀར་པའི་ཞལ་ཅན། གཡས་དོ་རྩེ། གྱི་གྲུག་དབྱ་སྤྱ། གཡོན་བྱིལ་བྱ། ཐོད་པ།  
 ཆངས་མགོ། གསང་བར་རྒྱུམ་ལས་དོར་སེམས་སྒྲོན་པོ། སྤྱི་དམར་དཀར་པའི་ཞལ་ཅན། ཕྱག་མཆོན་སྤྱི་མ་  
 དང་འདྲ་བ་བསྒྲོམ་མོ། །བཞི་པ་ནི། ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་སྤྱང་བའི་མཐེ་བོ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱིང་ཁར་རེག་སྟེ། ཨོ་  
 རྩེ་ཉིད་ཡུ་ཡ་ན་མེ། མགོར་ཨོ་སྤྱི་མི་ར་སེ་སྤྱི་སྤྱ། གཙུག་རྟོར་དུ་ཨོ་རྩི་ཤི་ཁྲ་ཡེ་བོ་ཤར། ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ལ་ཨོ་རྩི་  
 ག་བ་ཅ་ཡེ་སྤྱི། མིག་ལ་ཨོ་སྤྱི་ཞི་ཏུ་ཡ་བ་ཤར། དག་བ་ལ་གཡོན། མི་དག་བ་ལ་གཡས་ཀྱི་མཐེ་བ་མཐུབ་ཀྱི་སེ་གོ་ལ་  
 གྱིས་མཆོན་ཆ་དགོད་ཅིང་། ཨོ་རྩི་ ཨམ་ཏུ་ཡ་པའ་ཅས་བརྗོད་ལ། ཨོ་སྤྱི་ཏུ་སྤྱི་ག་ཏུ་ཉིད་ཡུ་མི་ར་ཤི་ཁྲ་ག་བ་ཅ་ཞི་ཏུ་

ལྷ་མ་དམ་པ།



ལྷ་མ་དམ་པ།

གྲུ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ཡི་ལས་རྒྱུ་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ནག་པོ་གཞུང་དཀྱིལ་ཅན་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཆོན་པ་  
 དེའི་སྟེང་དུ་རི་ལས་མེད་དཀྱིལ་འཁོར་དམར་པོ་གྲུ་གསུམ་ནོར་བུས་མཆོན་པ། དེའི་སྟེང་དུ་བི་ལས་ཚུའི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་དཀར་པོ་རྒྱུ་པོ་བརྒྱས་མཆོན་པ། དེའི་སྟེང་དུ་ཡི་ལས་སའི་དཀྱིལ་འཁོར་སེར་པོ་གྲུ་བཞི་  
 རྫོ་རྗེས་མཆོན་པ། སོ་སའི་སྟེང་འོག་ཏུ་རྩྱུ་ལས་བྱུང་བའི་རྫོ་རྗེས་བརྒྱན་པར་གྱུར་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་ཨོ་  
 ལྷ་རྩྱུ་ར་བཅེགས་པར་གྱུར། ཨོ་ལྷ་རྩྱུ་ར་བརྩ་ཅན་སྤྲུལ་ར་ཏུ་ཀླ་ལ་ཨ་ལྷ་ཡེ་ཀླ་ལ་ལྷ་ཀླ་ཅིན་རྩྱུ་ན་བརྩ་སྤྱ་  
 ཀླ་རྩན་ཀླ་རུ་ཀླ་རུ་ཞེས་བརྗོད་པས་ནས་མཁའ་དང་ས་འབྱར་བ་རྒྱུ་པོར་སྤང་བའི་མཆོམས་ནས་ར་བ་  
 གསུམ་དང་། ཡུལ་འཁོར་གྱི་མཆོམས་སུ་ར་བ་ལྔ་དང་། དབུས་སུ་རྫོ་རྗེའི་ས་ཡུལ་འཁོར་གྱི་མཐར་ཐུག་པ་  
 དང་། འོག་ཏུ་མདུང་དང་མདའི་བ་བརྗོན་པོས་བྲལ་བའི་དབུས་སུ་རྩྱུ་བསམ་ཞིང་། ཨོ་རྩྱུ་བི་ཤུ་ཀླ་ལ་བརྩ་  
 ཀླ་ལ་ག་རི་ཀླ་རུ་སྤྱ་སྤྱ། ཞེས་བས་དེའི་དབུས་སུ་ཁང་བ་བཅེགས་པ་སྟེང་འོག་ཏུ་བྲུ་ཉིས་བརྒྱ་པའི་ནང་དུ་  
 ཡི་ལས་འཁོར་ལོ་སེར་པོ་ཅིབས་བཅུ་པ། རྟེ་བ་སུ་བྱུང་དང་བཅས་པ་ཞོག་པ་སྟེང་པའི་དཀྱིལ་དུ་  
 བུ་བསམ་ཞིང་། ཨོ་བུ་བི་ཤུ་བརྩ་བརྩི་ཀླ་རུ་ཀླ་རུ་སྤྱ་སྤྱ། ཞེས་བས་བརྩ་འདབ་བརྒྱད་བྲུ་བཅུ་གཉིས་པ་རྟེ་  
 བ་ལ་བྲུ་བཞི་ཡོད་པའི་སྟེང་དུ་རུ་བསམ་ཞིང་། ཨོ་རུ་བརྩ་སྤྲུལ་ལྷ་ས་ནི་ཀླ་རུ་ཀླ་རུ་སྤྱ་སྤྱ། ཞེས་བས་ཉི་  
 མའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྟེ་བ་དང་མཉམ་པ་དང་། རྩེགས་བཅུར་ཉི་མའི་གདན་བསྒོམ་མོ། །གཉིས་པ་ལ། དམ་  
 ཆིག་པ་བསྐྱེད། ཡེ་ཤེས་པ་གཞུག་ རྫོ་རྗེ་དགོད་པ། དབང་བསྐྱར་བ་རྒྱས་གདབ་པ། ར་རྒྱལ་གཟུང་  
 བའོ། །དང་པོ་ལ། བདག་ཉིད་ཤུགས་སུ་བསྐྱེད་ནས་ར་རྒྱལ་གཟུང་བ་དང་། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ས་དང་སྒོ་བ་  
 མ་བསྐྱར་ཕྱིར་འཁོར་སྒོ་བའོ། དང་པོ་ནི། དེའི་སྟེང་དུ་བདག་ཉིད་རྩྱུ་དང་རྫོ་རྗེ་ཤུགས་སུ་མདོག་སྒོན་པོ།  
 ནག་དམར་དཀར་བའི་མགྱིན་པ་གསུམ་དང་། རྩྱེ་དམར་སེར་དཀར་བའི་ཞལ་བཞི་རེ་རེའང་མཆེ་བ་  
 གཅིགས་ཤིང་འཛིགས་སུ་རུང་བ་དང་ལྡན་པ། ཞལ་རེ་རེ་ལ་སྤྱན་གསུམ་གསུམ་དམར་སེར་དུ་འདུག་པ།  
 དབུ་སྤྱ་དམར་སེར་གྱེན་དུ་བརྗེས་པ་མི་བསྐྱེད་པའི་ཅོད་པན་ཅན། གཡས་གཡོན་གྱི་སྤག་པ་དང་པོ་ནག

གཉིས་པ་དམར། གསུམ་པ་དཀར་བ། ཁ་དོག་དེ་དང་མཚུངས་པའི་དབྱང་པ་ཐུག་ཐུག ཕྱག་ཉེར་བཞི།  
 ལྷག་མ་གཉིས་གཡས་ནག གཡོན་སེར་བ། ཕྱག་རྒྱམས་ཀྱི་མཐེ་བོང་སེར། མཐུབ་མོ་དཀར། གྲང་མོ་  
 དམར། མིང་མེད་ནག མཐེུ་ཚུང་ལྗང་། སེར་མོ་རྒྱམས་ཀྱི་ཆེགས་དང་པོ་ནག གཉིས་པ་དམར། གསུམ་  
 པ་དཀར་བ། ཁ་དོག་དེ་དང་མཚུངས་པའི་ཞབས་གཡས་དམར། གཡོན་དཀར་བས་བདུད་འདོད་ལྷ་དང་།  
 ཉོན་མོངས་དབང་ཕྱག་གི་སྒྲིང་ཁར་གཡས་བརྒྱུད་གིས་མནན་པར་བསྒྲོམས་ལ་ཕྱག་རྒྱ་དགོད་དེ། སོ་སའི་  
 ས་བོན་ལས་ཕྱག་རྒྱ་སོ་སེར་གྲུར་བ་བཀོད་པར་བསྒྲོམས་ལ་སོ་སའི་ཕྱག་རྒྱ་བཅའ་ཞིང་། ཨོྱ་ཉི་ཉུལ་མ་  
 དམི་ཏ་ཀཾ་ཡོར་བརྩ་ལེ་རྩྱ་རྩྱ་པར་པར་གྱིས་ན་བ་གཡོན་གཡས་ལ་རུས་པ་ལས་བྱས་པའི་དོ་རྩེའི་ན་  
 རྒྱ། དེ་བཞིན་དུ་མགོར་ཨོྱ་དང་། མཐར་རྩྱ་རྩྱ་པར་སྦྱར་ཏེ། ཨོྱ་ལྷུང་གཞུང་ཀཾ་ཏེ་བརྩ་མེ་ཁ་ལྷ་བརྩ་ཀཾ་ཏེ་  
 ཀེས་ཆེད་མགུལ་རྒྱ། ཨོྱ་ལྷ་བྱ་ལྷ་དམི་ཏ་ཀ་ར་ཡོར་བརྩ་རུ་ཅ་ཀོས་ཕྱག་གདུབ། ཉ་རྩ་བྱ་མ་དམི་ཏ་བརྩ་  
 ལྷ་ད་ཡོར་བརྩ་རྩྱ་རྩྱ་རེས་ཞབས་གདུབ། ཉི་བོ་བཅུ་ཨ་ཀླ་ར་མ་རྩ་རྩྱ་ལྷ་ལྷ་མ་བརྩ་ཤི་ར་སི་སའི་གོ་  
 རྒྱས་སྒྲི་བོར་ལོར་བྱ་དང་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ་ཐམ་བ། ཨོྱ་ཨར་རྩྱ་རྩྱ་ལྷ་ར་བརྩ་ཨར་རྩྱ་ཅ་རྩྱ་བརྩ་བརྩ་  
 ལྷར་རྩེས་མཆོགས་མའི་གཡོན་དུ་རྩྱ་ཕྱེད་དཔལ་བར་དར་དབྱངས། ཨོྱ་ལྷུང་ཨོྱ་སའི་སྦ་སྦ་རྩེ་ཀ་ཏི་སྦ་སྦ་མ་  
 བརྩ་ལ་རྩྱ་བ་བེ་ཉ་སྦ་རྩེས་ཕྱག་པར་དོ་རྩེ་མཆོད་ཕྱེར་ཐོགས་བཅེངས་པར་བསམས་ཏེ། དུག་ནི་ཕྱིན་དུག་  
 དག་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལྷུང་དུར་དུར་རྩྱ་རྩྱ་ལྷ་ལྷ་ཡོ་ཀ་ར་བྱ་སྦ་ཅར་མ་ཀཾ་ལོས་ཆེད་པར་སྦྱག་ཕྱགས། ཉི་  
 ལྷུང་ལྷུང་སྦ་ར་སྦ་ཉི་ལྷ་སྦ་རྩྱ་ལྷ་སྦ་མ་དེ་ལྷ་ལྷ་ལ་ལྷ་ཉ་སི་རོ་རྩེར་ལྷུང་པ་མ་ལ་སྦ་རྩྱ་ལྷ་བ་ལོ་  
 བེ་ནི་སྦ་རྩེས་ཕྱག་པར་བདུད་རིགས་བརྒྱའི་མགོ་ཕྱེང་། ཉ་ཉི་ཏི་རྩྱ་ལྷ་ལྷ་སྦ་རྩྱ་ལྷ་སྦ་མ་ཤི་ར་  
 སི་ཀ་སྦ་ལ་སྦ་ལེས་དབྱ་རེ་རེ་ལ་ཐོད་པ་རྩོགས་པ་ཁ་དོག་ལྷའི་ཕྱེང་བ་སྟེ། ལྷང་ཕྱགས་དང་བཅས་པ་  
 བཞིས་པར་ཕྱིན་ཕྱི་མ་དག་པ་སྟེ། གནས་ཀྱི་དཔེ་བས་བཅུ་དུག་ནི་སྦྱང་ཉིད་བཅུ་དུག་དག་པའོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་གཡས་ཀྱི་ཕྱག་དང་པོ་བཞིར། ཨོྱ་ལྷུང་བརྩ་ཀྱི་རྩྱ་ལྷུང་རྩྱ་པར་གྱིས་ཁོ་བོའི་དོ་རྩེ་དེ་བཞིན་དུ་ཐོག་མཐའ་







རྒྱུ་པར་སྒྲུང་བར་བྱའོ། །ལྷ་པ་ནི། གཙོ་བོ་དང་གཙུག་ཏོར་ལ་མི་བསྐྱོད་པ། བགེགས་མཐར་བྱེད་དང་།  
 དབྱུག་སྒོན་ལ་དོན་གྲུབ་ཤེས་རབ་མཐར་བྱེད་དང་འདོད་རྒྱལ་ལ་རིན་འབྱུང་། བརྒྱ་མཐར་བྱེད་དང་མི་གཡོ་  
 བ་ལ་སྤང་མཐའ། གཤམ་རྩེ་མཐར་བྱེད་དང་སྟོབས་པོ་ཆེ་ལ་ནམ་སྤང་། གཞོད་མཛེས་ལ་དོར་སེམས་  
 ནམས་སྤྱལ་སྤྱིའི་ཆ་བྱད་ཅན་གྱིས་དབྱུ་རྒྱན་པར་བསམ་མོ། །དུག་པ་ནི། ཨོ་སྐྱོ་ཏ་ལྷ་ག་ཏ་རྟུ་ཅག་སྤྱ་  
 སྤྱ་མ་ཨུ་ཀོ་ཏི་གིས་ང་རྒྱལ་བཟུང་བར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི། སྤྱིང་ཁའི་ཉི་མར་དོ་རྩེའི་ལྷེ་བར་རྩྱུ་ལ་  
 རྒྱགས་སྤེང་གིས་བསྐྱོར་བ་ལས་འོད་འཕྲོས། སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་བསྐྱལ། འུན་རྒྱབས་འོད་ཀྱི་  
 ནམ་པར་བསྐྱལ། རྒྱགས་སྤེང་ལ་ཐེམ། འོད་ཕྱོགས་བཟུང་འཕྲོས། བདུད་བགེགས་ཐམས་ཅད་ཆར་བཅད་  
 བར་བསམ་ཞིང་། རྒྱགས་དོན་དན་བཞིན་པས། ཨོ་ན་མོ་བརྩ་སཏྲ་ཡ། ན་མོ་བུརྩ་བོ་རྩི་སཏྲེ་བྱུང་ ན་མོ་བརྩ་  
 གོ་རྩི་རྩ་རྩེ་བྱུང་ ན་མོ་བེ་ལུ་སྤྲེ། ན་མོ་བུརྩ་བོ་རྩི་སཏྲེ་དེ་སྤྱི་བྱུང་ན་མོ་བརྩ་ཏེ་ཀི་རྩི་བྱུང་ཨོ་ན་མོ་སྤྲེ་ག་སྤྲེ་  
 ཀྲ་ལ་ཅ་ཀྲ་ཡ། བརྩ་རྩེར་མ་སྤྱི་ཀ་རྩ་ཡ་མ་རྩ་ཨི་རྩ་རྩི་ལ་མཆོག་རི་རྩ་ཡ། སྤྲ་རྩི་ལ་ཉི་ད་ཡ་ཀྲ་ཏ་སི་ཏ་  
 རྩ་ཅ་རྩ་ཡ། གྱིལ་རྩ་སི་ཏ་ཀཾ་རྩ་ཡ། རྩི་ལ་སི་ཏ་སྤི་ཏ་རྩ་དྲིལ་ཀ་ར་ལོ་ག་སྤི་ཏ་ཀཾ་རྩ་ཡ། གྱིལ་  
 རྩ་སི་ཏ་ས་བྱེ་ཏ་རྩ་རྩ་ཡ། དུ་དལ་སྤྱི་རྩ་ཡ། ཏེ་ལོ་ལ་ཏི་ཀ་རྩ་ཡ། བརྩ་ཁེ་ག་ ཉི་ལུ་ཡ། ཀའི་ཀ་  
 སྤ་ན། ཨོ་ཀྲ་ལ་ཏ་མ་རུ་ཀ་ སྤུད་ག་ར། ཅག་ ཀྲ་ཏ། དམ་པར་ལ། བརྩ་རྩ་ཏ། ཁེ་ཏ། ཁ་ཏི་ག་ ཀ་སྤ་ལ།  
 ཏི་ལ། སྤ་ལ་རྩ། ཀ་མ་ལ། ཤི་ལ། ཨྲ་རྩ། སྤྱི་ལ་སྤ། བརྩ་ཤི་རོ། ག་རྩ་ཅམ་རྩི་ཀ་ཀ་ར་ལ། སྤྱ་སྤྱ་ཅམ་  
 རི་མ་ས་རྩ་ཡ། སྤྱན་རྩི་སྤྱན་སྤ་ལ་ཨ་བ་ལི་བེ་ན། ཤི་ར་སི་བརྩ་བརྩ། སྤྱ་ཀྲེ། བརྩ་ཀ་སྤ་ལ་སྤ་ལ། ཨར་  
 རྩ་ཅམ་རྩ་ཡ། ཀྲུ་ལ། རུ་ཅ་ཀ་ ཀའི་ཀ་ མེ་ལ་ལ། རྩ་ལུ་ར། རྩ་སྤ་ལ་རྩི་ལ་སྤི་ཏ། ཤི་རོ་མ་ཏི། མ་རྩ་སྤ་བ།  
 རྩ་གཞ། བེ་སྤྱ་ཏ་ལ། བརྩ་ཏེ་ཀི་སྤྱི་ཤི་ཏ་ཉི་ད་ལྷ་ཡ། ཨི་རྩ་ཨུ་ཡ་མ་ལི་རི་ཏ་བ་རུ་ཏ་སྤ་ལྷ་ཡ། ཀྲེ་ར་  
 ཨི་ལ་ན་བརྩ་བེ་ཏེ་བེ་རྩ་ཡ་ཀ་ཀའི་ཀེ་ལ་ནའི་ཏི་མ་རྩ་ཀྲ་ལ་ག་ཏ་ནའི་ཏེ་ཏེ་ཏ་པ་ལ་སྤ་རྩ་ཨ་སྤ་རྩ་མ་  
 རྩི་རྩ་ཏེ་རྩ་ན་རྩ་སི་ཏ་ཏ་ཅ་རྩ་ཡ། ཞེས་ཀར་པ་བཟུ་དུག་པ་དང་། རྩར་གྱི་བཀའ་བསྐྱོ་བའི་རྒྱགས་

བཟུངས་སོ། །གསུམ་པ་རྗེས་ལ་མཆོད་པ། བསྟོད་པ། གཏོར་མ། གཤེགས་གསོལ་བཞིའི་དང་པོ་ནི། སྐྱབ་  
 ཐབས་ལྟར་མཆོད་རྗེས་བསངས་སྦྱངས། རྩ་གཉིས་དང་ལྷ་མོ་བཅུ་གཉིས་དང་བདུད་ཅིས་མཆོད་  
 པའོ། །གཉིས་པ་ནི། རྫོང་ལྷོ་འཛིགས་བྱེད་འཛིགས་པར་བྱེད། །དཔའ་པོ་གདུལ་དཀའ་འདུལ་བ་པོ། །དུས་  
 གྱི་འཁོར་ལོ་ཐོད་པ་ཅན། །ཁམས་གསུམ་ནམ་རྒྱལ་ལ་ཕྱག་འཆའ། །རྫོང་པོ་སྤྲོ་ཆོགས་རྫོང་ལྷོ་འཛིགས། །ཁྱོ་  
 བོའི་རྒྱལ་པོ་ནམས་གྱི་གཙོ། །ཞབས་ལ་སྲིད་གསུམ་གྱིས་བསྟོད་པ། །རྫོང་ལྷོ་འཛིགས་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
 ལོ། །ཏ་ཡ་ར་མ་ལ་ལས་སྐྱེས། །རྫོང་ཁྱོ་བོའི་རྒྱལ་པོ་ཆེ། །སྟོང་འོག་ཕྱོགས་མཆོམས་ནམས་གནས་  
 ནས། །ཕྱོགས་བཅུ་སྦྱང་མཛོད་ནམས་ལ་འདུད། །ཅེས་བས་བསྟོད་དོ། །གསུམ་པ་ནི། རི་ལྟར་འགྱོར་བའི་  
 གཏོར་མ་གཅིག་དུག་བདུན་ལ་སོགས་པ་སྐྱབ་ཐབས་ལྟར་བསངས་སྦྱངས། །སྟོང་བའི་ངང་ལས་ཡི་ལས་  
 རྒྱང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ནག་པོ་གཞུང་དཀྱིལ་ཅན་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཆོན་པ། དེའི་སྟོང་དུ་རི་ལས་མའི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་བྱ་གསུམ་དམར་པོ་མེ་འབར་བའི་སྟོང་དུ་ཞུལ་ས་བུམ་པ་བདུད་ཅིའི་རྩལ་གང་བའི་སྦྱེད་བྱ་  
 གསུམ་གྱི་སྟོང་དུ། རྩལ་ས་ཐོད་པ་དུམ་བྱ་གཅིག་པའི་ནང་དུ་བརྒྱ་འདབ་མ་བརྒྱད་ལ། ཨ་ཨ་རི་ཁྱ་ལི་ལས་  
 དབུས་སུ་ཁྱ་བ། ཤར་དུ་ཤར། སྟོར་ཁྱག་བྱང་དུ་བྱི་ཆུ། ལུབ་ཏུ་བཤའ་བ། སྤྱི་ཁྱ་རྩི་ཁྱི་ཁྱ་ལས་རྒྱང་དུ་སྦྱང་  
 བའི་ཤེད་དབང་ལྡན་དུ་བཤའ་བ། སྤོན་པོར་རྟ། མེར་སྒྱི། དབུས་སུ་མའི་ཤེད་ནམས་ས་བོན་དེ་དག་གིས་མཆོན་  
 པ་བསམས་ལ། ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་གྱི་འོད་གྱིས་བསྐྱལ་བའི་རྒྱང་གིས་མེ་སྦྱར་ཏེ་ཁྱ་བའི་དམ་ཆོག་གི་  
 བདུད་ཅི་ཉི་མ་འཆར་ཀའི་མདོག་ལྟ་བུར་གྱུར། ལག་པ་གཡོན་པའི་མཐེལ་དུ་རྒྱ་བཤའ་ཨོ་བསམས་པ་  
 གཏོར་མ་ལ་བསྟན་ཏེ། ཨོ་ཨོ་བརྟ་ཅརྟ་སརྟ་རྩམ་སུ་བི་ཤརྟ་ཨོ་སྤྱ་སྤྱ་མ་སརྟ་རྩམ་པོ་ཤོ་རྩ་ཡ་སྤྱ་སྤྱ། ཞེས་  
 བརྟོད་བས་ཨོ་ལས་འོད་འཕྲོས་བདུད་ཅི་ལ་པོག་པས་མི་གཙང་བའི་བྱི་མ་སྦྱངས། ལག་པ་གཡས་པའི་  
 མཐེལ་དུ་ཉི་མ་ལ་ཞུལ་བསམས་པ་བསྟན་ཏེ། ཨོ་ཞུལ་བརྟ་སྤྱ་སརྟ་རྩམ་སུ་བི་ཤརྟ་ཨོ་སྤྱ་སྤྱ་མ་སརྟ་རྩམ་  
 པོ་རྩ་ཡ་སྤྱ་སྤྱ། ཞེས་བརྟོད་བས་ཞུལ་ལས་འཕྲོས་པ་པོག་པ་བདུད་ཅི་ཆགས་པའི་རོ་དང་ལྡན་པར་རྟོགས་



འདིའི་རྗེས་ལ་ས་བཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་བྱའོ། །ཐུགས་དགྱིལ་སོགས་སྤྱད་བང་བསྐྱར་བའི། །ས་གནི་  
ཡོངས་བཟུང་དུས་ཉིད་དུ། །སྤང་བའི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོམ་པའི་ཚུལ། །བཀོད་པའི་དགོ་བས་སངས་རྒྱས་  
ཤོག། །དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྤང་འཁོར་བསྐྱས་པ། རྩ་མ་ཡེ་ཤེས་དབང་ཕྱག་གིས་བསྐྱལ་བའི་ངོར།  
ཨ་ཐ་རྒྱ་རྩི་བ་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །སྣ་ཆོགས་དབྱིག་གི་ལོ་སྤལ་པོའི་རྩ་བའི་ཡར་ཆེས་བརྒྱད་ལ་རྗོགས་  
བར་སྐྱར་བའི་ཡི་གེ་བ་ནི་རྒྱལ་མཆན་བཟང་པོའོ། །འདིས་བདུད་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་གྱུར་  
ཅིག །།